

**KONTRIBUSI KEKUATAN TUNGKAI, KELINCAHAN DAN KOORDINASI
MATA – KAKI TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA
PADA PERMAINAN SEPAK BOLA SISWA
SMA NEGERI 10 MAKASSAR**

S K R I P S I



**SUFYAN
083104143**

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
2014**

**KONTRIBUSI KEKUATAN TUNGKAI, KELINCAHAN DAN KOORDINASI
MATA – KAKI TERHADAP KEMAMPUAN MENGGIRING BOLA
PADA PERMAINAN SEPAK BOLA SISWA
SMA NEGERI 10 MAKASSAR**

S K R I P S I

Diajukan kepada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar
Untuk memenuhi sebagai persyaratan guna memperoleh
Gelas Sarjana Pendidikan

SUFYAN

**FAKULTAS ILMU KEOLAHRAGAAN
UNIVERSITAS NEGERI MAKASSAR
2014**

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi ini disetujui untuk diajukan dihadapan panitia Ujian Fakultas Ilmu Keolahragaan, sebagai salah satu persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pendidikan pada Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar

Makassar, Februari 2014

Pembimbing

Pembimbing I : Dr.Hj.Hasmyati,M.Kes (.....)

Pembimbing II : Ilham Kamaruddin, S.pd.,M.Pd (.....)

PENGESAHAN UJIAN SKRIPSI

Skripsi diterima oleh panitia ujian skripsi Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar, dengan SK. No.untuk memenuhi sebagai persyaratan memperoleh gelar sarjana pendidikan pada Jurusan Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi

Disahkan oleh :
Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan

Drs. H.Arifuddin Usman, M.Kes
NIP.19650313 199003 1 003

Panitia ujian :

1. Ketua : (.....)
2. Sekertaris : (.....)
3. Pembimbing I : Dr.Hj.Hasmyati,M.Kes (.....)
4. Pembimbing II : Ilham Kamaruddin, S.Pd.,M.Pd. (.....)
5. Penguji I : (.....)
6. Penguji II : (.....)

MOTTO

**" BERSEMANGATLAH BELAJAR KETIKA ENGKAU
INGIN BERHENTI BELAJAR "**

Persembahkan :

Kupersembahkan wujud karya terbaikku

Buat kedua orang tua tercinta saudara Dan keluargaku yang telah
tulusIkhlas mendampingiku hingga kudapat berbuat Yang lebih baik

ABSTRAK

SUFYAN, 2014. Kontribusi kekuatan tungkai, kelincahan, dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar. Skripsi. Fakultas Ilmu Keolahragaan, Universitas Negeri Makassar.

Penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif yang menggunakan rancangan penelitian “korelasional” penelitian ini bertujuan untuk mengetahui ; (1) Apakah ada kontribusi kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar (2) Apakah ada kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar; (3) apakah ada kontribusi kekuatan tungkai, kelincahan dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar.

Populasinya adalah seluruh siswa SMA Negeri 10 Makassar, sampel yang digunakan adalah siswa putra sebanyak 40 orang. Teknik penentuan sampel adalah dengan pemeliharaan secara acak dengan cara undian (*simple random sampling*). Regresi tunggal, analisis regresi ganda (R) melalui program SPSS 14 pada taraf signifikan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ; (1) ada kontribusi yang signifikan antara kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar, dengan nilai β sebesar 0,519 ($P_{\text{value}} < \alpha 0,05$); dengan kontribusi sebesar 27,0%. (2) Ada kontribusi yang signifikan Antara kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar, dengan nilai β sebesar 0,739 ($P_{\text{value}} < \alpha 0,05$); dengan kontribusi sebesar 54,6%. (3) ada kontribusi yang signifikan Antara koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar, dengan nilai β sebesar -0,644 ($P_{\text{value}} < \alpha 0,05$); 41,5%. (4) ada kontribusi yang signifikan Antara kekuatan tungkai, kelincahan dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar, dengan nilai R sebesar 0,825 ($P_{\text{value}} < \alpha 0,05$); dengan kontribusi sebesar 68,1% dan nilai F_{hitung} sebesar 25,649.

KATA PENGANTAR

Penulis memanjatkan puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini, meskipun dalam keadaan sangat sederhana. Skripsi ini ditulis sebagai salah satu persyaratan untuk memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar.

Pada saat menempuh prosedur penelitian dan penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapat bimbingan dan motivasi yang diperoleh dari berbagai pihak sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Untuk itu melalui karya tulis ilmiah ini penulis mengucapkan terima kasih kepada :

1. Bapak Drs. Arifuddin Usman, M.Kes, Dekan FIK UNM atas bantuan dan izinkannya sehingga penelitian ini dapat terlaksana sesuai rencana.
2. Bapak Adnan Hudain, S.Pd., M.Pd, dan Bapak Ians Aprilio S.Pd., M.Pd, selaku ketua dan sekretaris Jurusan Penjaskesrek yang telah banyak memberikan masukan serta kemudahan dalam menjalani prosedur penelitian.
3. Ibu Dr.Hj. Hasmyati, M.kes, dan Bapak Ilham kamaruddin, S.Pd., M.Pd, masing-masing sebagai pembimbing I dan pembimbing II atas bimbingannya pada penulis selama perkuliahan dan penyusunan skripsi.
4. Ibu kepala SMA Negeri 10 Makassar dan Bapak Mahdi selaku Guru Penjaskes yang telah memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian di sekolahnya.

5. Keluarga besarku tercinta khususnya Ayahanda dan Ibunda atas segal doa dan pengorbanannya, sehingga penulis dapat menyelesaikan studi pada Program S1 Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Makassar.
6. Bapak Thamrin,Hj Yusnani,Yuliana,Nurdina,Alfian,Irvan Damis,Yayank serta Emelia yang senantiasa memberikan dukungan.
7. Semua pihak yang tidak sempat disebut namanya atas bantuannya baik secara langsung atau tidak langsung.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini masih terdapat berbagai kelemahan. Sehingga sangat diharapkan adanya saran dan kritikan yang konstruktif untuk menyempurnakan skripsi ini.

Semoga skripsi ini Dapat bermanfaat khususnya bagi guru Pendidikan Jasmani,Pelatih dan pihak-pihak yang berkepentingan untuk kemjuan olahraga sepakbola di Sulawesi Selatan.

Makassar, Februari 2014

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
MOTTO.....	iv
ABSTRAK.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	3
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Hasil Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA PIKIR	
A. Tinjauan Pustaka.....	6
B. Kerangka Pikir.....	21
C. Hipotesis.....	22
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Variabel dan Desain Penelitian.....	24
B. Definisi Operasional Variabel.....	25
C. Populasi dan Sampel.....	26
D. Teknik Pengumpulan Data.....	28
E. Teknik Analisi Data.....	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	
A. Penyajian Hasil Analisis Data.....	37
B. Pembahasan.....	49
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	53
B. Saran.....	53
DAFTAR PUSTAKA.....	55
LAMPIRAN.....	57

DAFTAR TABEL

Tabel	halaman
1. Rangkuman hasil deskriptif dan variabel-variabel penelitian	37
2. Rangkuman hasil pengujian normalitas	39
3. Rangkuman hasil uji regresi data kekuatan tungkai	40
4. Rangkuman hasil uji regresi data kelincahan	41
5. Rangkuman hasil uji regresi data koordinasi mata-kaki	42
6. Rangkuman hasil uji regresi data kekuatan tungkai, kelincahan dan Koordinasi mata-kaki	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Menggiring Bola dengan Kaki bagian dalam.....	10
2. Menggiring Bola dengan kura-kura kaki bagian dalam	11
3. Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian atas	12
4. Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar	13
5. Desain penelitian	25
6. Tes kekuatan tungkai.....	29
7. Tes kelincahan.....	30
8. Tes koordinasi mata kaki	32
9. Menggiring bola	34
10. Tes koordinasi mata-kaki	
11. Tes menggiring bola	

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Data deskriptif.....	56
2. Analisis Statistik Deskriptif.....	58
3. Histogram.....	63
4. Uji normalitas data.....	65
5. Analisis Korelasi.....	66
6. Analisis Regresi.....	67
7. Dokumentasi Pelaksanaan Penelitian.....	71
8. Surat Keterangan Telah Seminar.....	74
9. Permohonan Izin Penelitian dari Dekan.....	75
10. Surat Tugas / Izin Pembimbing.....	76
11. Surat Keterangan Dosen Pembimbing.....	77
12. Surat Keterangan Penelitian.....	78
13. Riwayat Hidup.....	79

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Sepakbola termasuk salah satu cabang olahraga yang melibatkan banyak orang. Jumlah pemain yang cukup banyak dan menggunakan lapangan yang luas, sehingga jika dipandang dari segi sosial kultural, maka olahraga sepakbola dapat dijadikan sebagai media bersosialisasi dan media untuk menjalin kerja sama serta mempererat persaudaraan dalam membangun nilai-nilai sportifitas. Dengan dinamika masyarakat olahraga seperti ini, akan mudah melahirkan prestasi bagi suatu daerah.

Cabang olahraga sepakbola merupakan cabang olahraga yang banyak digemari oleh masyarakat khususnya dikalangan pelajar. Namun banyak pemain yang bermain sepakbola tidak menguasai teknik permainan ini dengan sempurna khususnya bagi pelajar SMA Negeri 10 Makassar, salah satunya adalah penguasaan teknik dasar menggiring bola. Hal ini dapat dilihat pada pelaksanaan menggiring bolanya, banyak siswa atau pemain yang mengalami kesulitan sehingga hasilnya juga menjadi tidak maksimal dan akhirnya selalu gagal memasukkan bola ke gawang lawan.

Sepakbola dilakukan dengan gerakan lari dan operan bola dengan gerakan-gerakan yang sederhana disertai dengan kecepatan dan ketepatan. Aktivitas dalam

permainan sepakbola tersebut dikenal dengan nama *dribbling* (menggiring bola). Menggiring bola diartikan dengan gerakan lari menggunakan kaki mendorong bola agar bergulir terus menerus di atas tanah. Menggiring bola hanya dilakukan pada saat-saat yang menguntungkan saja, yaitu bebas dari lawan. Pada dasarnya menggiring bola adalah menendang terputus-putus atau pelan-pelan, oleh karena itu bagian kaki yang dipergunakan dalam menggiring bola sama dengan bagian kaki yang dipergunakan untuk menendang bola. Tujuan menggiring bola antara lain untuk mendekati jarak ke sasaran, melewati lawan, dan menghambat permainan.

Menggiring bola dalam permainan sepakbola ditentukan oleh penguasaan bola dengan baik, yakni bola harus sedekat mungkin pada kaki dan dengan di bawah serta diolah menuju ke tempat tujuan. Untuk mendapatkan aksi menggiring bola yang maksimal dibutuhkan dukungan dari gerakan-gerakan yang terkoordinasi sehingga menampakkan suatu kesatuan gerakan menggiring bola dengan benar. Dalam usaha mencapai koordinasi gerakan tersebut perlu adanya latihan yang teratur, terencana dan intensif sehingga akan melahirkan bentuk gerakan yang terampil dengan teknik-teknik menggiring bola dengan baik. Gerakan yang diharapkan dalam menggiring bola adalah aksi dari gerakan badan, koordinasi mata dengan kaki dalam perkenaan bola, letak kaki dengan bola mengendalikan dan mengontrol bola. Pemain yang memiliki hal tersebut dan menguasai teknik menggiring bola itu sendiri akan menguasai dan mengatasi situasi permainan.

Untuk mencapai kemampuan menggiring bola yang baik dalam permainan sepakbola diperlukan beberapa kemampuan kondisi fisik, diantaranya kekuatan tungkai, kelincahan dan koordinasi mata-kaki. Kekuatan tungkai sangat dibutuhkan dalam melakukan kemampuan menggiring bola, yaitu pada saat proses menggiring bola sambil berlari menerobos melewati lawan dengan memaksimalkan kekuatan tungkainya, untuk kondisi fisik kelincahan merupakan kemampuan dari seorang untuk merubah posisi dan arah sesuai dengan gerakan pada saat menggiring bola. Sedangkan unsur kondisi fisik koordinasi mata-kaki digunakan pada saat mengontrol bola yang sedang digiring sehingga bola tetap pada kaki, walaupun dalam keadaan berlari sambil menggiring bola.

Berdasarkan uraian dan permasalahan tersebut di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan suatu penelitian dengan judul: “Kontribusi kekuatan tungkai, kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar”.

B. Rumusan Masalah

Permasalahan yang akan diteliti perlu dibatasi secara spesifik, agar tidak menimbulkan salah penafsiran dalam pengembangan kajian dalam penelitian yang sulit dianalisis.

Sesuai latar belakang masalah yang telah dikemukakan, maka permasalahan yang akan dicari jawabannya dirumuskan sebagai berikut:

1. Apakah ada kontribusi kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar?
2. Apakah ada kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar?
3. Apakah ada kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar?
4. Apakah ada kontribusi secara bersama-sama antara kekuatan tungkai, kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar?

C. Tujuan Penelitian

Setiap aktivitas selalu memiliki tujuan, begitu pula dalam mengadakan penelitian. Tujuan penelitian adalah untuk memberikan gambaran secara empiris tentang hal-hal yang hendak diperoleh, dan hasil yang diperoleh melalui penelitian ini.

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui apakah ada kontribusi kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar.
2. Untuk mengetahui apakah ada kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar.

3. Untuk mengetahui apakah ada kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar.
4. Untuk mengetahui apakah ada kontribusi secara bersama-sama antara kekuatan tungkai, kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar.

D. Manfaat Hasil Penelitian

Manfaat yang dapat diambil dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Sebagai bahan informasi bagi para guru penjas, para pelatih dan para pembina olahraga permainan sepakbola, bahwa kekuatan tungkai, kelincahan dan koordinasi mata-kaki dapat dijadikan sebagai indikator atau acuan untuk menentukan kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola.
2. Sebagai masukan bagi pengembangan ilmu dibidang keolahragaan menyangkut tentang kontribusi kekuatan tungkai, kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola.
3. Sebagai bahan perbandingan bagi para pemain yang berminat untuk mengadakan penelitian lebih lanjut dengan memperhatikan berbagai sudut pandang masalah yang lebih luas.

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA, KERANGKA BERPIKIR DAN HIPOTESIS

A. Tinjauan Pustaka

Tinjauan pustaka merupakan kerangka acuan atau sebagai landasan teori yang erat kaitannya dengan permasalahan dalam suatu penelitian. Teori-teori yang dikemukakan diharapkan dapat menunjang penyusunan kerangka berpikir yang merupakan dasar dalam merumuskan hipotesis sebagai jawaban sementara terhadap permasalahan dalam penelitian ini.

1. Kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola

Kemampuan menggiring bola merupakan salah satu teknik dasar dalam permainan sepakbola yang harus dikuasai oleh setiap pemain. Menggiring bola adalah gerakan dan aksi unik dalam permainan sepakbola yang di dalamnya mengandung unsur seni, sebab adanya penggunaan kaki yang menyentuh bola dan sanggup mengubah arah dan kecepatan menggiring secara tiba-tiba dengan cara menggulingkan bola ke tanah sambil berlari. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Ilyas Haddade dan Ismail Tola (1991:50) mendefenisikan sebagai berikut: "Menggiring bola ialah membawa bola ke dalam kontrol sambil berlari membawa bola tetap dalam penguasaan (bola berada di dekat kaki) dan dalam penguasaan untuk dimainkan". Jadi, menggiring bola adalah cara membawa bola dengan

menggunakan kaki dengan tujuan agar bola yang akan ditendang ke gawang lawan lebih dekat. Pendapat lain mendefinisikan adalah Abd. Adib Rani (1992:27) sebagai berikut : "Menggiring bola adalah istilah sepakbola untuk lari dengan bola". Berdasarkan penjelasan di atas, maka pengertian menggiring bola adalah membawa bola dengan berbagai macam teknik sentuhan bola untuk membuka daerah atau melewati lawan, sehingga pemain dapat melakukan passing atau tembakan sedekat mungkin ke gawang atau mengoper bola ke teman.

Dari hasil penguraian tersebut tentang pengertian menggiring bola adalah salah satu teknik dasar yang memegang peranan dalam permainan sepakbola. Dengan demikian apa bila setiap pemain memiliki teknik penguasaan bola dengan baik dan benar sangatlah mudah dan menentukan keberhasilan suatu tim atau keseblasan. Apabila kemampuan tersebut dicapai dengan baik dengan sempurna, maka semua bentuk latihan yang pernah diberikan hendaknya diulang-ulangi secara tekun agar semakin mantap. Sebab menggiring bola adalah keterampilan suatu teknik yang dilakukan dengan cara menggunakan berbagai gerakan kaki sambil berlari. Agus Salim (2007:38) memberikan pendapat sebagai berikut :“Salah satu tuntutan teknik yang harus dikuasai didalam menggiring bola adalah lari sambil menguasai bola”. Oleh karena itu, untuk meningkatkan keterampilan atau kemampuan dalam permainan sepakbola, khusus dalam teknik dasar menggiring bola harus latihan yang teratur serta sistematis dengan metode atau bentuk latihan yang tepat. Dalam hal ini, pemain harus membebaskan diri melindungi bola dan

bergerak maju melakukan gerakan dan tipuan dalam menggiring bola. Sehubungan dengan ini dalam usaha meningkatkan kemampuan fisik maupun skill pemain perlu adanya peningkatan kerja fisik. Menurut Moch. Sajoto (1988:16) mengemukakan bahwa : "Dalam usaha peningkatan kondisi fisik, maka seluruh komponen tersebut harus dikembangkan. Walaupun di sana sini dilakukan dengan sistem prioritas sesuai keadaan atau satu yang dibutuhkan tersebut."

Dalam meningkatkan prestasi, yang harus mendapat perhatian utama adalah kondisi fisik. Karena setiap cabang olahraga mempunyai kondisi fisik yang berbeda-beda. Jika kemampuan fisik sudah stabil maka semakin mudah melakukan penguasaan menggiring bola semakin mudah. Dalam hal ini pemain harus selalu berusaha membebaskan diri melindungi bola dan bergerak maju melakukan gerakan dan tipuan dalam menggiring bola. Menggiring bola merupakan salah satu teknik dalam permainan sepakbola yang harus dimiliki dan dikuasai oleh setiap pemain hal ini sangat berguna dalam situasi permainan sebab tanpa penguasaan teknik tersebut seorang pemain tidak akan bermain dengan baik. Menurut Moch. Sajoto (1988:36) mengatakan bahwa : "Pelaksanaan suatu kegiatan secara efektif dan rasional yang memungkinkan tercapainya hasil-hasil yang baik dalam pertandingan.

Salah satu unsur yang sangat penting untuk dikuasai oleh seorang pemain untuk bermain dengan baik adalah kemampuan menggiring bola tanpa adanya kemampuan penguasaan teknik menggiring bola tersebut maka sulit bagi seorang

pemain untuk bermain dengan baik, karena menggiring bola sangat berdampak positif dalam situasi permainan. Kemampuan menggiring bola dapat dimiliki, apabila kemampuan fisik, fungsional tubuh dan sistem tubuh yang baik dapat menunjang teknik pelaksanaan gerakan secara efektif dan efisien. Menurut pendapat Harsono (1988:153) mengemukakan sebagai berikut :

Kalau kondisi fisik baik maka 1). Akan ada peningkatan kemampuan sistem, sirkulasi dan kerja jantung, 2). Akan ada peningkatan kekuatan , kelenturan, stamina, kecepatan dan lain-lain komponen kondisi fisik, 3). Akan ada ekonomi gerak yang lebih baik pada waktu latihan, 4). Akan ada pemulihan yang lebih baik cepat dalam organ-organ tubuh setelah latihan, 5). Akan ada respon yang cepat dari organisme tubuh kita bila sewaktu-waktu respon demikian diperlukan.

Jika unsur kondisi fisik dan kemampuan menggiring bola ini dapat tercapai pada suatu tahap latihan tertentu, maka ini dapat dikatakan bahwa perencanaan dan sistematika latihan akan mudah tercapai dalam peningkatan kemampuan teknik menggiring bola dengan baik. Ilyas Haddade dan Ismail Tola (1991:51) mengemukakan bermacam-macam teknik menggiring bola dalam permainan sepakbola sebagai berikut :

1. Menggiring bola dengan kaki sebelah dalam
2. Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian dalam
3. Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian atas
4. Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar

Menggiring bola dalam permainan sepakbola, merupakan teknik yang perlu didukung oleh kemampuan fisik pemain untuk mengoptimalkan kemampuan, kecepatan, kelincahan dan reaksi anggota badan pada saat menggiring bola. Macam- macam teknik menggring bola pada permainan sepakbola.

1) Menggiring bola dengan kaki bagian dalam

Menggiring bola dengan kaki bagian dalam artinya menggiring bola dengan persentuhan kaki antara bola dengan bagian kaki sebelah dalam. Bidang persentuhan ini sangat luas sehingga bola dapat terkontrol dengan baik, tetapi dari segi kecepatan kurang menguntungkan karna posisi kaki yang tidak sejalan dengan gerakan kaki ke depan, dengan cara demikian ini tidak dapat membawa bola dengan cepat karena posisi kaki tidak memungkinkan. Oleh sebab itu, cara ini jarang dipergunakan bagi pemain yang sudah matang, kecuali kalau terpaksa karena membawa bola dengan cara demikian mudah sekali diketahui lawan.

Menggiring bola dengan kaki bagian sebelah dalam memberikan kemungkinan penggunaan untuk: (1) Menggiring bola dengan penuh penguasaan ke arah yang dikehendaki secara perlahan-lahan. (2) Dapat dengan segera merubah arah bola ke kiri atau ke kanan.



Gambar 1. Menggiring bola dengan kaki bagian dalam
Sumber : www.ronaldo7news.com

2) Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian dalam

Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian dalam yaitu bidang-bidang perkenaan pada ujung kaki bagian dalam. Dengan demikian dapat dipastikan bahwa bidang persentuhannya tidak seluas dengan kaki bagian dalam yang telah dijelaskan. Sempitnya bidang persentuhan membuat penguasaan sangat sukar dan teknik menggiring bola jenis ini pada umumnya dipakai atau diperagakan oleh pemain bila yang sudah mahir guna lebih mempercepat gerak bola.

Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian dalam memberikan kemungkinan penggunaan untuk: (1) Dapat dengan cepat merubah arah bola ke kiri maupun ke kanan. (2) Dapat dengan mudah melindungi bola bila terjadi perebutan bola dengan lawan. Menggiring bola dengan cara ini hanya dipergunakan ketika menggiring bola membelok dan merubah arah.



Gambar 2. Menggiring bola dengan kura-kura bagian dalam
Sumber : Oktieseven's wordpress.com

3) Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian atas

Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian atas mempunyai bidang perkenaan dengan bola tidak seluas dengan dengan bidang perkenaan dengan kaki bagian dalam. Bagian kaki yang bersentuhan dengan bola ialah kura-kura kaki bagian atas. Gerakan menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian atas banyak dipergunakan pada saat bermain, karna lebih praktis untuk memperoleh kecepatan dalam menggiring bola searah dengan posisi kaki untuk bergerak ke depan secepat mungkin. Menggiring bola dengan kura-kura kaki seperti bagian kaki yang bersentuhan dengan bola daerahnya, tetapi dengan cara ini pemain dapat menggiring bola lebih cepat. Cara ini dapat dipergunakan jika di depan ada daerah yang cukup luas / jaraknya cukup jauh.

Kegunaan teknik menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian atas adalah :

- (1) Dapat dengan mudah menggiring bola secara cepat ke depan atau menuju sasaran,
- (2) Dapat dengan cepat melakukan passing atau tembakan ke gawang,
- (3) Dapat dengan mudah melakukan gerak tipu atau merubah arah gerak bola.



Gambar 3. Menggiring bola dengan kura-kura bagian atas
Sumber : Oktieseven's wordpress.com

4) Menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar

Pada hakikatnya gerakan teknik menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar memiliki persamaan dengan teknik menggiring bola mempergunakan kaki . Hanya disini bidang perkenaan dengan bola lebih luas sehingga memudahkan pengaturan gerak bola sesuai dengan kehendak pemain. Cara ini adalah yang terbaik dan yang sering dipergunakan dalam pertandingan.

Kegunaan teknik menggiring bola dengan kura-kura kaki bagian luar adalah;

(1) Dapat dengan mudah menggiring bola secara cepat ke depan dan menuju sasaran, (2) Dapat melakukan passing dengan arah bola melengkung, (3) Dapat dengan mudah melakukan gerak tipu atau merubah arah gerak bola dan juga tembakan ke gawang dengan arah bola melengkung .

Berdasarkan pendapat para ahli tentang menggiring bola, maka dapat disimpulkan bahwa menggiring bola adalah suatu usaha mengolah bola dengan satu atau dua kaki untuk melewati lawan dengan cepat.



Gambar 4. Menggiring bola dengan kura-kura bagian luar.
Sumber : Oktieseven's wordpress.com

2. Kekuatan tungkai

Untuk meningkatkan kondisi fisik secara keseluruhan, maka kekuatan otot merupakan salah satu faktor utama, sebagaimana yang dikemukakan oleh Harsono (1988:177), sebagai berikut :

- (1) Oleh karena kekuatan merupakan daya penggerak setiap aktivitas fisik.
- (2) Oleh karena kekuatan memegang peranan penting dalam melindungi atlet/orang dari kemungkinan cedera.
- (3) Oleh karena dengan kekuatan, atlet akan dapat lari lebih cepat, melempar atau shooting lebih jauh dan lebih efisien, memukul lebih keras, demikian pula dapat membantu memperkuat stabilitas sendi-sendi.

Kekuatan adalah penggerak setiap kegiatan atau aktivitas fisik. Kekuatan dapat pula membangkitkan ketegangan pada waktu menerima beban pada waktu tertentu. Sebagaimana yang dikemukakan oleh Harsono (1988:9), bahwa kekuatan adalah kemampuan otot untuk membangkitkan ketegangan terhadap suatu tahanan.

Kebutuhan kekuatan pada setiap cabang olahraga berbeda-beda, seperti pada cabang olahraga bola basket berbeda dengan cabang olahraga bulu tangkis, sepakbola, permainan bola voli, dan lain sebagainya. Kenyataan ini menimbulkan pengetahuan, bahwa latihan kekuatan itu bersifat khusus sesuai dengan cabang olahraga yang dikehendaki.

Kemudian lebih lanjut Fox, dkk (1988:158), menguraikan arti dari kekuatan otot, sebagai berikut : *“Muscular strength may be defined as the force or tension a muscle, more correctly, a muscle group can exert against a resistance in one maximal effect”*.

Pendapat di atas dapat diartikan secara bebas, bahwa kekuatan otot yang didefinisikan sebagai force atau ketegangan suatu yang dapat digunakan untuk menahan beban pada suatu usaha yang maksimal.

Sedangkan menurut Muchammad Sajoto (1988:24) mengemukakan, bahwa : “kekuatan atau strength adalah kemampuan atlet pada saat mempergunakan otot-ototnya menerima beban dalam waktu kerja tertentu. Selanjutnya Harsono (1988:24) mengemukakan, bahwa : “kekuatan adalah kemampuan dari otot untuk dapat mengatasi tahanan atau beban dalam menjalankan aktivitas”.

Pengembangan unsur kekuatan adalah penting diutamakan, oleh karena dapat memudahkan pengembangan unsur kondisi fisik lainnya dalam proses latihan untuk mencapai prestasi optimal pada suatu cabang olahraga.

Menurut Harre, D., (1982:108), mengklasifikasikan jenis kekuatan menurut kegunaannya dalam tiga kategori sebagai berikut :

We define maximum strength as being the greatest force an athlete is able to exert for a given contraction of muscle.

Power is ability of an athlete to overcome resistance by a high speed of contraction.

Strength endurance is the athlete's tolerance level against fatigue in strength performance of longer duration.

Pendapat tersebut di atas dapat diartikan secara bebas sebagai berikut : Maksimum strength dapat menentukan kekuatan maksimum sebagai force dari olahragawan untuk mengarahkan tenaga dalam sesuatu kontraksi otot.

Power adalah kemampuan olahragawan untuk mengatasi tahanan dengan sesuatu kontraksi kecepatan tinggi. Strength endurance merupakan kemampuan olahragawan

untuk mengatasi tahanan beban dengan menampilkan kekuatan yang berkepanjangan.

Kekuatan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Menurut Mochammad Sajoto (1988 : 108), bahwa faktor-faktor kekuatan adalah :

1. Faktor biomekanika, dari dua orang mempunyai tegangan otot yang sama, akan berbeda kemampuannya mengangkat badan.
2. Faktor pengungkit, pengungkit diklasifikasikan dalam tiga kelas yaitu dibagi menurut letak sumbu pengungkit, gaya beban, dan gaya pengungkit.

Melalui persepsi tentang kekuatan, maka kekuatan dapat dibedakan atas tiga macam, seperti yang dikemukakan oleh Abd. Adib Rani (1992:4), yaitu :

1. *Maksimum strength* adalah kekuatan otot dalam kontraksi maksimum, serta melawan beban yang maksimal pula.
2. *Explosif power* ialah kemampuan sebuah otot atau sekelompok otot untuk mengatasi tahanan beban dengan kecepatan tinggi dalam satu lamanya.
3. *Power endurance* ialah kemampuan tahanan lamanya kekuatan otot untuk melakukan tahanan beban yang tinggi intensitasnya.

Dari batasan tersebut di atas, maka dapat dikemukakan bahwa kekuatan otot tungkai adalah kemampuan yang memungkinkan pengembangan tenaga maksimum dalam kontraksi yang maksimal untuk mengatasi beban atau tahanan. Jadi, kekuatan otot tungkai merupakan sejumlah daya tegang otot tungkai yang dipergunakan dalam kontraksi maksimum pada suatu aktivitas yang berat maka dapat ditarik kesimpulan bahwa kekuatan tungkai merupakan kebutuhan pada setiap cabang olahraga, demikian juga pada cabang olahraga sepakbola khususnya menggiring bola.

3. Kelincahan

Kelincahan dikenal dengan istilah asing agilitas atau agility. Yang dimaksud dengan kelincahan merupakan kemampuan fisik dalam melakukan kegiatan olahraga. Kelincahan adalah salah satu faktor penunjang didalam peningkatan prestasi dibidang olahraga khususnya dalam menggiring bola dalam permainan sepakbola.

Pengertian dan penjelasan para ahli tentang arti atau definisi tentang kelincahan nampak ada perbedaan ini tergantung dari tinjauan dan faktor sudut pandang mereka memandang kelincahan dibidang olahraga.

Harsono (1988:177) menjelaskan dengan berdasar dari beberapa pendapat para ahli sebagai berikut:

Bentuk-bentuk latihan mengembangkan agilitas tentunya adalah bentuk bentuk latihan yang mengharuskan orang untuk bergerak dengan cepat dan mengubah arah serta tangkas. Dalam melakukan aktivitas tersebut orang juga tidak boleh kehilangan keseimbangan dan harus pula sadar akan posisi tubuhnya.

Berdasarkan penjelasan tersebut, maka dapat dikatakan bahwa pentingnya dalam berbagai cabang olahraga permainan sepakbola khususnya teknik dasar menggiring bola yang menjadi pokok permasalahan.

Sepakbola merupakan suatu bentuk permainan dengan menggunakan kaki, sehingga kaki dibutuhkan untuk menendang. Menggiring dan lain-lain seperti yang dikemukakan oleh Abd. Adib Rani dan Ilyas Haddade (1991:43) berpendapat *agility* atau kelincahan dibedakan atas dua, yaitu:

- a. *Agility* umum berarti kelincahan seorang untuk menghadapi situasi hidup sesuai dengan lingkungannya untuk lebih jelasnya *agility* itu berguna bagi pemain untuk menjalankan olahraga apa saja dan problema hidup sesuai dengan lingkungan.
- b. *Agility* khusus adalah kelincahan seseorang untuk menjalankan olahraga khusus, dimana tiap-tiap cabang olahraga berbeda-beda tuntutan *agility*nya.

Berdasarkan pendapat tersebut diatas, maka *agility* atau kelincahan mempunyai peranan penting didalam berolahraga untuk meningkatkan prestasi di tiap-tiap cabang olahraga yang diikutinya. Hal tersebut didukung oleh beberapa faktor antara lain sebagai berikut:

- a) *Agility* baik sekali untuk mengkoordinir gerakan-gerakan dalam olahraga yang diperlukan seperti olahraga akrobat, loncat indah, sepakbola dan lain-lain.
- b) *Agility* baik sekali untuk membantu dalam menguasai teknik dalam olahraga yang ditekuni.
- c) Jika *agility* baik, maka gerakan-gerakan dalam olahraga akan lebih efektif dan tidak mudah lelah.
- d) *Agility* baik dalam menjaga keseimbangan dalam gerakan-gerakan.
- e) *Agility* membantu menyadarkan gerakan-gerakan olahraga yang dijalankan baik dalam latihan maupun dalam pertandingan.
- f) *Agility* baik untuk antisipasi terhadap keadaan alam sekitar.

Berdasarkan penjelasan yang dikemukakan, disimpulkan bahwa kelincahan adalah kemampuan dari seorang untuk merubah posisi dan arah sesuai yang dihadapi. Pentingnya kelincahan dalam olahraga, sepakbola adalah salah satu cabang

olahraga permainan yang membutuhkan kelincahan khususnya pada teknik dasar menggiring bola.

Bentuk-bentuk latihan untuk mengembangkan kelincahan tentunya adalah bentuk-bentuk latihan yang mengharuskan seseorang untuk bergerak dengan cepat dan mengubah arah dengan tangkas. Dalam melakukan aktifitas tersebut, tidak boleh pula kehilangan keseimbangan dan harus sadar akan posisi tubuhnya. Kelincahan sangat diperlukan dalam cabang-cabang olahraga, seperti olahraga permainan sepakbola, bola voli, bola basket dan hoki.

Menurut Yanto Kusyanto, (1996:43): “Kelincahan adalah kombinasi dari kecepatan, kekuatan, kecepatan reaksi, keseimbangan, fleksibilitas dan koordinasi neuromuscular. Koordinasi neuromuscular menggambarkan kemampuan atlet melakukan gerakan-gerakan dalam cabang olahraganya secara mulus dan seimbang seperti sepakbola dalam melakukan suatu rangkaian gerak yang kompleks secara lincah dan tangkas.

4. Koordinasi mata-kaki

Secara umum koordinasi diartikan sebagai kerja sama dari prosedur atau sesuatu yang berbeda, secara fisiologis koordinasi sebagai kerja sama dari sistem syaraf pusat dengan otot untuk menghasilkan tenaga, baik inter maupun intramuscular. Dengan pengertian luas, koordinasi sering juga merujuk pada istilah atau nama untuk beberapa kemampuan yang mendukung kerja sama dari proses gerak yang berbeda, misalnya dalam belajar, koordinasi dibedakan atas koordinasi

kasar (kemampuan belajar gerak), koordinasi halus (kemampuan mengendalikan gerak), dan koordinasi halus stabil (kemampuan merubah dan menyesuaikan gerak).

Koordinasi adalah kemampuan biomotor yang sangat kompleks berkaitan dengan kekuatan tungkai, kekuatan daya tahan, dan kelentukan. Selain dari itu, juga termasuk perpaduan perilaku dari dua atau lebih persendian, yang satu sama lainnya berkaitan dalam menghasilkan suatu keterampilan gerak. Koordinasi dari berbagai macam bagian tubuh, termasuk suatu kemampuan untuk menampilkan suatu model keterampilan gerak. Kemampuan tersebut dimaksudkan untuk mengendalikan bagian tubuh yang bebas dilibatkan dalam suatu model gerakan yang kompleks, dan menggabungkan bagian-bagian tersebut dalam suatu gerakan, gerakan yang lancar, keberhasilan usaha dalam mencapai suatu tujuan. Dengan demikian, koordinasi merupakan kualitas otot, tulang dan persendian, termasuk panca indera dalam menghasilkan suatu gerak. Kemampuan koordinasi merupakan suatu aktualisasi komponen-komponen gerak yang dimaksud antara lain terdiri dari: sistem energi, kontraksi otot, syaraf tulang, persendian, dan indera mata.

Sehubungan dengan itu, koordinasi terkait erat dengan stimulus atau rangsangan sensor visual, keseimbangan dan perasaan kinestetik. Komponen koordinasi antara lain meliputi keseimbangan (terutama berkaitan dengan otot), kemampuan kombinasi gerak (penampilan gerak secara serentak dan berlanjut), koordinasi mata-kaki, dan kemampuan reaksi.

Bompa (1984:64) mengatakan, bahwa: koordinasi adalah sesuatu kemampuan biomotor yang sangat kompleks, berkaitan dengan kekuatan tungkai, kekuatan daya tahan, dan kelentukan. Selanjutnya Harsono (1988:167) mengatakan, bahwa: koordinasi dari berbagai macam bagian tubuh termasuk suatu kemampuan untuk menampilkan suatu model gerak. Kemampuan tersebut dimaksudkan untuk mengendalikan bagian tubuh yang bebas dilibatkan dalam model gerakan yang kompleks dan menggabungkan bagian-bagian tersebut dalam suatu model gerakan yang lancar.

Gerak koordinasi dalam melakukan tembakan adalah yang melibatkan mata untuk melihat bola yang akan dikontrol dan dikuasai, sedangkan gerakan kaki pada waktu melakukan tendangan untuk menjaga keseimbangan. Oleh karena itu, kemampuan koordinasi dalam melakukan tembakan tidak terbatas hanya pada kemampuan gerak saja, tetapi juga melibatkan panca indra mata untuk melihat arah bola.

B. Kerangka Berpikir

Berdasarkan tinjauan pustaka, maka kerangka berpikir dalam penelitian ini dapat dikemukakan sebagai berikut:

1. Jika pemain memiliki kekuatan tungkai yang baik, maka akan memberikan kontribusi yang lebih besar terhadap kemampuan menggiring bola.
2. Jika pemain memiliki kelincahan yang baik, maka akan memberikan kontribusi yang lebih besar terhadap kemampuan menggiring bola.

3. Jika pemain memiliki koordinasi mata-kaki yang baik, maka akan memberikan kontribusi yang lebih besar terhadap kemampuan menggiring bola.
4. Jika pemain memiliki kekuatan tungkai, kelincahan dan koordinasi mata-kaki yang baik, maka akan memberikan kontribusi yang lebih besar terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola.

C. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap masalah penelitian, yang kebenarannya harus diuji secara empirik. Adapun hipotesis dalam penelitian ini adalah:

1. Ada kontribusi kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar.
2. Ada kontribusi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar.
3. Ada kontribusi koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar.
4. Ada kontribusi secara bersama-sama antara kekuatan tungkai, kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar.

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

Metode merupakan cara atau teknik yang dipergunakan untuk mencari pembuktian secara ilmiah yang dilakukan secara sistematis untuk mengungkapkan dan memberikan jawaban atas permasalahan yang dikemukakan dalam suatu penelitian. Arah dan tujuan pengungkapan fakta atau kebenaran disesuaikan dengan yang ditemukan dalam penelitian untuk mencapai tujuan yang diharapkan.

Metodologi dalam penelitian ini akan dikemukakan beberapa hal antara lain: metode penelitian yang digunakan, teknik-teknik dan alat (instrumen) pengumpul data yang dipakai, siapa populasi dan unit sampelnya, teknik-teknik pengolahan data. Dengan langkah-langkah tersebut diharapkan tujuan penelitian ini dapat tercapai dengan baik dengan kata lain bahwa dengan langkah-langkah tersebut diharapkan dapat ditemukan pemecahan masalah yang ada dalam penelitian ini.

A. Variabel dan Desain Penelitian

1. Variabel penelitian

Variabel penelitian merupakan gejala/obyek yang menjadi fokus peneliti untuk diamati dan akan dikumpulkan datanya. Menurut Sugiyono (2000:2) mengemukakan bahwa: Variabel sebagai atribut dari sekelompok orang atau objek yang mempunyai variasi antara satu dengan yang lainnya dalam kelompok itu.

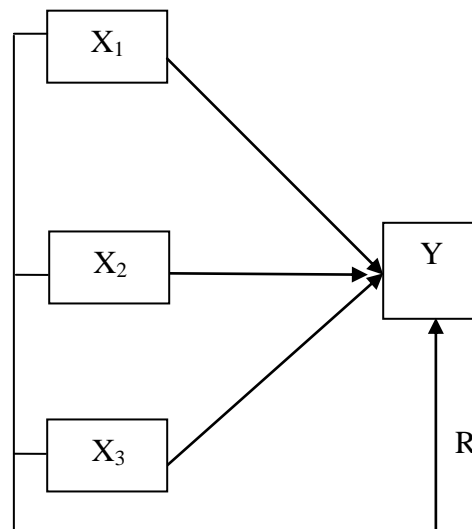
Gejala tersebut akan diidentifikasi sehingga masalah yang sesungguhnya ingin diteliti dalam penelitian ini menjadi lebih jelas.

Variabel penelitian ini ada dua variabel yang terlibat, yakni variabel terikat dan variabel bebas. Kedua variabel tersebut akan diidentifikasikan ke dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a. Variabel bebas yaitu:
 1. Kekuatan tungkai (X_1)
 2. Kelincahan (X_2)
 3. Koordinasi mata-kaki (X_3)
- b. Variabel terikat yaitu:
 1. Kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola (Y)
 - 2. Desain penelitian**

Desain penelitian sebagai rancangan atau gambaran yang dijadikan sebagai acuan dalam melakukan suatu penelitian. Penelitian ini adalah jenis penelitian yang bersifat deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya kontribusi kekuatan tungkai, kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar.

Dengan demikian model desain penelitian yang digunakan secara sederhana dapat dilihat pada gambar di bawah berikut ini:



Gambar 5: Desain Penelitian
Sumber : Sugyono (2000 : 24)

Keterangan:

- X₁ : Kekuatan tungkai
- X₂ : Kelincahan
- X₃ : Koordinasi mata-kaki
- Y : Kemampuan menggiring dalam sepakbola
- R : Gabungan ketiga variabel bebas

B. Definisi Operasional Variabel

Untuk menghindari terjadinya penafsiran yang meluas tentang variabel-variabel yang terlibat dalam penelitian ini, maka variabel-variabel tersebut perlu didefinisikan sebagai berikut:

1. Kekuatan tungkai yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan siswa mempergunakan otot tungkainya dalam menerima beban sewaktu

bekerja atau beraktivitas. Tes yang digunakan untuk mengukur tes kekuatan tungkai yaitu leg dynamometer.

2. Kelincahan yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan fisik seseorang pemain sepakbola di dalam melakukan kegiatan olahraga dengan gerakan-gerakan lincah. Tes yang digunakan adalah lari zigzag.
3. Koordinasi mata-kaki yang dimaksud dalam penelitian ini adalah kemampuan pemain mengintegrasikan gerakan dari bermacam-macam gerakan yang berbeda ke dalam pola gerakan tunggal secara efektif. Tes yang digunakan untuk mengukur koordinasi mata-kaki yaitu passing bola ke tembok.
4. Kemampuan menggiring bola dalam penelitian adalah tingkat penguasaan dan kemampuan pola gerak yang berupaya mengendalikan bola melalui reaksi badan dan sentuhan-sentuhan kaki terhadap bola agar selalu dalam pengendaliannya untuk melewati rintangan. Pelaksanaannya yaitu membawa bola sambil berlari melalui sentuhan kaki ke bola secara wajar untuk melewati beberapa rintangan yang telah ditentukan.

C. Populasi dan Sampel

1. Populasi

Populasi merupakan suatu kumpulan atau kelompok individu yang dapat diamati oleh anggota populasi itu sendiri atau bagi orang lain yang mempunyai perhatian terhadapnya. Suharsimi Arikunto (1996 : 117) menyatakan bahwa: "Populasi adalah kelompok yang menjadi sasaran perhatian penelitian di dalam

usaha untuk memperoleh informasi dan menarik kesimpulan“. Sedangkan populasi menurut Sugiono (2000:57) memberikan definisi sebagai berikut :

Populasi adalah wilayah generalisasi yang terdiri atas obyek / subyek yang mempunyai kualitas dan kuantitas serta karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulan.

Setiap penelitian tentunya selalu menggunakan objek untuk diteliti atau diistilahkan dengan populasi. Populasi adalah keseluruhan dari individu yang dijadikan objek penelitian. Populasi suatu penelitian harus memiliki karakteristik yang sama atau hampir sama. Olehnya itu yang menjadi populasi pada penelitian ini adalah seluruh pemain.

Berdasarkan pendapat tersebut diatas, maka populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa SMA Negeri 10 Makassar. Namun populasi tersebut dibatasi pada pemain laki-laki saja agar mempunyai kesamaan sifat dalam hal jenis kelamin.

2. Sampel

Penelitian ilmiah tidak selamanya mutlak harus meneliti jumlah keseluruhan objek yang ada (populasi), melainkan dapat mengambil sebagian dari populasi yang ada. Dengan kata lain bahwa yang dimaksudkan yaitu sampel. Sampel adalah sebagian dari populasi yang menjadi obyek penelitian.

Sampel secara sederhana diartikan sebagai bagian dari populasi yang menjadi sumber data yang sebenarnya dalam satu penelitian. Pengertian tentang sampel didasari oleh pandangan Suharsimi Arikunto (1996:117) bahwa :” Sampel adalah sebagian atau wakil populasi yang diteliti”. Alasan dari penggunaan sampel

adalah keterbatasan waktu, tenaga dan banyak psopulasi. Karena jumlah populasi dalam penelitian ini relatif banyak, maka peneliti membatasi dengan melakukan pemelihan secara acak dengan mempergunakan teknik “Simple Random Sampling” dengan cara undian, sehingga diperoleh jumlah sampel sebanyak 40 orang.

D. Teknik Pengumpulan Data

Data-data yang akan dikumpulkan dalam penelitian ini sesuai dengan variabel yang terlibat, yakni data kekuatan tungkai, data kelincahan, data koordinasi mata-kaki, dan data kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola.

1. Pengukuran kekuatan tungkai dengan Leg Dynamometer

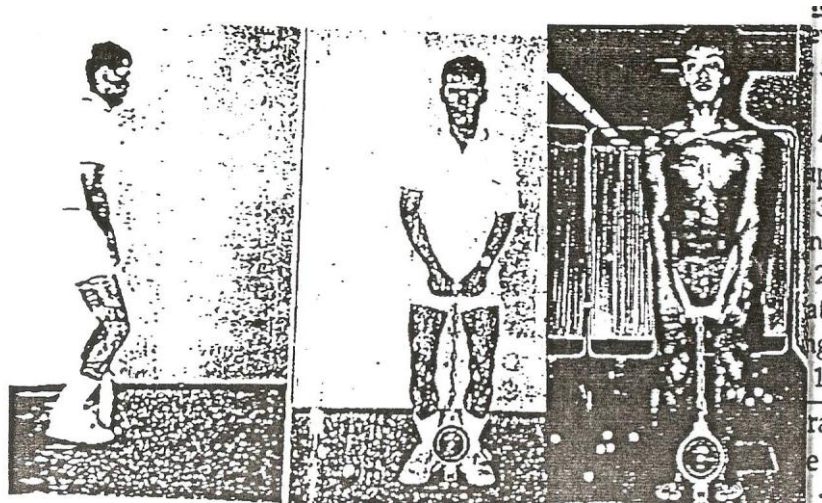
- a. **Tujuan:** Untuk mengukur kekuatan otot tungkai.
- b. **Alat:** *Back and Leg dynamometer* dan *Belt* (ikat pinggang).
- c. **Petugas:**
 - 1) Pemandu tes
 - 2) Pencatat skor
- d. **Pelaksanaan:**

Peserta berdiri pada tumpuan back and leg dynamometer dengan lutut ditekuk membentuk sudut $130^{\circ} - 140^{\circ}$ dan tubuh tegak. Panjang rantai dynamometer, diatur sedemikian rupa sehingga posisi tongkat pegangan melintang di depan kedua paha. Belt atau ikat pinggang dililitkan pada pinggang dan tongkat pegangan. Tongkat pegangan digenggam dengan posisi tangan pronasi (menghadap ke belakang). Tarik tongkat pegangan sekuat mungkin

dengan meluruskan sendi lutut perlahan-lahan, tanpa bantuan otot tangan dan otot punggung. Baca penunjukkan jarum pada skala saat maksimum tercapai. Tes ini dilakukan tiga kali dengan selang waktu istirahat 1 menit.

e. **Penilaian:**

Skor terbaik dari tiga kali percobaan dicatat sebagai skor dalam satuan *kg*.



Gambar 6. Tes Kekuatan Tungkai (*leg dynamometer*)

Sumber: Nur Ichsan Halim, 2004:29-30

2. Pengukuran Kelincahan dengan Tes Lari Zig-Zag (*Zigzag Run Test*)

Instrumen yang digunakan dalam memperoleh data kelincahan yaitu tes lari zig-zag.

Alat dan perlengkapan:

- 1) Stopwatch
- 2) Meteran

- 3) Kapur
- 4) Patok/tiang
- 5) Alat tulis
- 6) Formulir tes

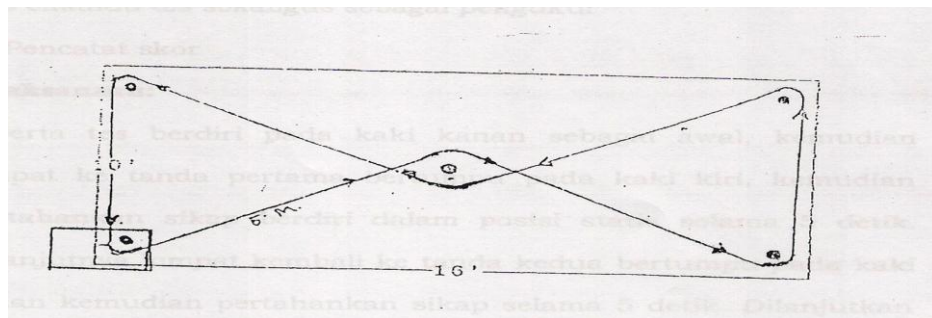
Pelaksanaan :

- 1) Testee berdiri di belakang garis start.
- 2) Pada aba-aba “ya” testee mulai start dan berlari semaksimal mungkin dengan melewati rintangan berupa patok/tiang yang dipasang pada titik yang telah ditentukan dan bersamaan dengan itu stopwatch dijalankan.
- 3) Bersamaan testee menginjak garis finish, stopwatch dihentikan.
- 4) Kesempatan diberikan 2(dua) kali pelaksanaan tes.

Penilaian :

Hasil yang dicatat adalah waktu yang terbaik selama melakukan tes dari 2 (dua) kali pelaksanaan.

Untuk lebih jelasnya dapat dilihat gambar berikut:



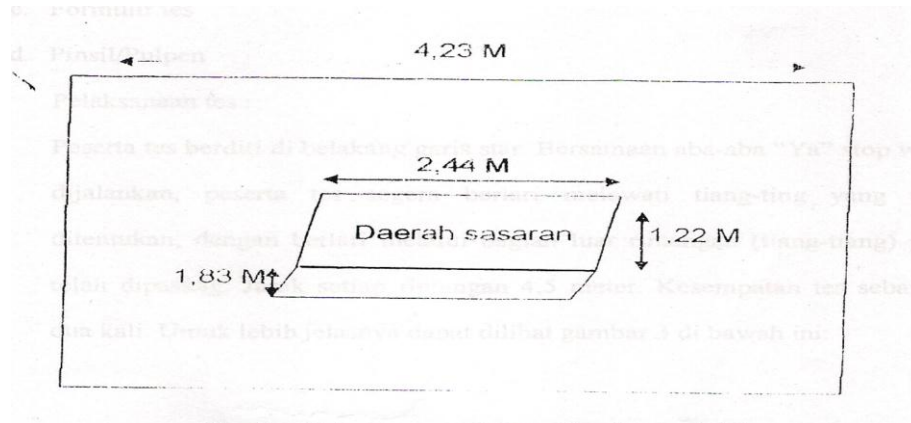
Gambar 7. Pelaksanaan Tes Lari Zig-Zag
Sumber: (M Sajoto,1988:78)

3. Pengukuran koordinasi mata-kaki dengan Tes Koordinasi mata-kaki (Nur Ichsan Halim, 2004:129-130)

- a. Tujuan: Untuk mengukur koordinasi mata-kaki
- b. Fasilitas/Alat:
 - 1) Bola kaki
 - 2) Dinding tembok
 - 3) Kapur
 - 4) Stopwatch
 - 5) Formulir tes
 - 6) Alat tulis menulis
- c. Petugas:
 - 1) Pemandu tes
 - 2) Pencatat skor
- d. Pelaksanaan:
 - 1) Testee berdiri pada garis dengan sebuah bola di depan.
 - 2) Jarak antara garis dengan dinding 2,5 meter.
 - 3) Testee kemudian melakukan tendangan memantulkan bola ke dinding secepatnya.
 - 4) Testee harus mengontrol bola di luar garis batas yang telah ditentukan.
 - 5) Jika bola berada dalam daerah batas, maka secepatnya mengambil kemudian melanjutkan tendangan tersebut selama 30 detik.

e. Penilaian:

Jumlah bola yang sah selama 30 detik.



Gambar 8. Tes Koordinasi Mata-Kaki
Sumber : Nur Ichsan Halim, 2004 : 129-130

4. Tes Menggiring Bola diperoleh dari Tes Menggiring Bola Melewati Rintangan dengan Jarak yang Telah Ditentukan

- 1) Tujuan : untuk mengetahui tingkat keterampilan menggiring bola dalam permainan sepakbola.
- 2) Alat dan perlengkapan
 - a) Bola
 - b) Buah Rintangan
 - c) Formulir Tes
 - d) Kapur
 - e) Stopwatch

- f) Lapangan
- 3) Petugas
 - a) Pemandu tes sekaligus pengukur
 - b) Pencatat skor
- 4) Pelaksanaan tes :
 - a) *Testee* berdiri dibelakang bola menghadap kearah yang akan ditempuh dan bola berada dalam penguasaan di kaki.
 - b) Setelah aba-aba “mulai”, *testee* segera menggiring bola dengan arah sebelah kiri rintangan pertama rintangan berikutnya sesuai arah panah sampai melewati garis *finish*.
 - c) Pengambilan waktu menghentikan *stopwatch* nya apabila *testee* dan bolanya sudah melewati garis *finish*.
 - d) Bila salah arah menggiring bola, ia harus memperbaikinya tanpa menggunakan anggota badan ditempat kesalahan terjadi selama itu pula *stopwatch* dijalankan.
 - e) Bila digiring oleh kaki kanan dan kiri secara bergantian atau paling tidak salah satu kaki pernah menyentuh bola satu kali sentuhan.

5) Penilaian

- Hasil yang dicatat adalah waktu yang dicapai oleh *testee* untuk menggiring bola dari garis start sampai finish dengan ketentuan yang berlaku.

Gambar 9. Tes menggiring bola
Sumber : Nurhasan (2001:160-161)

E. Teknik Analisis Data

Data yang terkumpul tersebut perlu dianalisis secara sistematis deskriptif maupun inferensial untuk keperluan pengujian hipotesis penelitian. Adapun gambaran yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Analisis data secara deskriptif dimaksudkan untuk mendapatkan gambaran umum tentang data yang meliputi rata-rata, standar deviasi, nilai minimum, dan nilai maksimum
2. Analisis secara inferensial digunakan untuk menguji hipotesis – hipotesis penelitian dengan menggunakan uji korelasi dan regresi

Jadi keseluruhan analisis data statistik pada umumnya menggunakan analisis computer pada program SPSS versi 15.00 dengan taraf signifikan 95% atau $\alpha = 0.05$.

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Dalam bab ini memuat hasil-hasil analisis data penelitian, meliputi deskriptif data dan pengujian hipotesis dan pengujian hipotesis. Hasil tersebut hanya merupakan rangkuman hasil analisis saja, sedangkan perhitungan statistik secara lengkap dapat dilihat pada lampiran. Dalam bab ini juga dikemukakan juga pembahasan hasil penelitian tersebut.

A. Penyajian hasil analisis data

Data empiris yang diperoleh dari hasil tes dan pengukuran yang terdiri atas : kekuatan tungkai, kelincahan dan koordinasi mata-kaki serta kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA NEGERI 10 MAKASSAR terlebih dahulu diadakan tabulasi data untuk memudahkan proses pengujian nantinya. Analisis data digunakan dalam penelitian ini adalah analisis dengan teknik statistik inferensial. Adapun analisis data secara deskriptif dimaksudkan agar mendapatkan gambaran umum data yang meliputi rata-rata, standar deviasi, varians, range, data maksimum dan minimum, tabel frekuensi dan grafik. Selanjutnya dilakukan dengan pengujian persyaratan analisis yaitu data normalitas. Untuk pengujian hipotesis, jika ternyata data berdistribusi normal, maka akan digunakan uji statistik parametrik, yaitu regresi product-moment dari person (uji r), tetapi jika ternyata data tidak berdistribusi normal, maka digunakan uji statistik non parametrik, yaitu uji regresi spearman's (ρ).

a. Analisis deskriptif

Untuk mendapatkan gambaran umum dta suatu penelitian maka digunakanlah analisis data deskriptif. Analisis dilakukan terhadap kekuatan tungkai, kelinchan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola terhadap pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar. Hal ini dimaksudkan untuk memberi makna pada hasil analisis yang telah dilakukan. Hasil analisis deskriptif data tersebut dapat dilihat pada tabel 1.

Tabel 1. Rangkuman hasil analisis deskriptif data kekuatan tungkai, kelinchan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar.

Nilai Statistik	Kekuatan tungkai	Kelinchan	Koordinasi mata-kaki	Kemampuan menggiring bola
N	40	40	40	40
Mean	99.60	12.79	11.45	17.80
Std. Deviation	16.05	1.63	1.79	1.66
Range	61.00	6.15	6.00	5.98
Minimum	79.00	10.18	8.00	15.05
Maximum	140.00	16.33	14.00	21.03

Tabel 1 diatas merupakan gambaran data kekutan tungkai, kelinchan dan koordinasi mata-kaki, serta data kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar, untuk lebih jelasnya diuraikan sebagai berikut:

- 1) Data kekuatan tungkai (X_1), diperoleh nilai rata-rata(mean) = 99,60 kg, simpangan baku (standar Deviasi) = 16,05 kg, nilai terendah (minimum) = 79 kg, dan nilai tertinggi (maksimum) = 140 kg.
- 2) Data kelincahan (X_1), diperoleh nilai rata-rata (mean) = 12,79 detik, simpangan baku (standar deviasi) = 1,63 detik, nilai terendah (minimum) = 10,18 detik dan nilai tertinggi (maksimum) = 16,33 detik.
- 3) Data koordinasi mata-kaki (X_2), diperoleh nilai rata-rat (mean) = 11,45 kali, simpangan baku (standar deviasi) = 1,79 kali, nilai terendah (minimum) = 8 kali dan nilai tertinggi (maksimum) = 14 kali.
- 4) Data kemampuan menggiring bola (Y), diperoleh nilai rata-rata (mean) = 17,80 detik, simpangan baku (standar deviasi) = 1,66 detik, nilai terendah (minimum) = 15,05 detik dan nilai tertinggi (maksimum) = 21,03 detik.

b. Uji persyaratan analisis

Salah satu persyaratan yang harus dipenuhi agar statistic parametric dapat digunakan dalam menganalisis data penelitian adalah data harus mengikuti sebaran normal (berdistribusi normal) untuk mengetahui apakah data kelincahan, dan koordinasi mata kaki dan data kemampuan menggiring bola pada permainan sepak bola siswa SMA Negeri 10 Makassar berdistribusi normal, maka dilakukan uji normalitas dan dengan menggunakan uji

Kolmogorov smirnov. Hasil uji normalitas dapat dilihat pada Tabel 2 berikut ini :

Tabel 2 Rangkuman hasil uji normalitas data kekuatan tungkai, kelincahan, dan koordinasi mata-kaki kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar

Nilai Statistik	Kekuatan Tungkai	Kelincahan	Koordinasi Mata Kaki	Kemampuan Menggiring Bola
N	40	40	40	40
Kolmogorov – Smirnov Z	0,728	0.915	1.077	0.896
Asymp Sig (2-tailed)	0,665	0.372	0.197	0.398

Berdasarkan tabel 2 di atas, maka pengujian normalitas data dengan menggunakan uji Kolmogrov-Smirnov (KS-Z) menunjukkan hasil sebagai berikut :

- 1) Berdasarkan data kekuatan tungkai, diperoleh nilai $(KS-Z) = 0,728$ ($P=0,665 > \alpha 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa data kekuatan tungkai mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal
- 2) Untuk data kelincahan, diperoleh nilai $KS-Z = 0,915$ ($P=0,372 > \alpha 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa data kelincahan mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal
- 3) Untuk data koordinasi mata kaki diperoleh nilai $KS-Z = 1,077$ ($P=0,197 > \alpha 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data koordinasi mata kaki mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal.
- 4) Untuk data kemampuan menggiring bola permainan sepakbola, diperoleh nilai $KS-Z = 0,896$ ($P=0,398 > \alpha 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa data

kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola mengikuti sebaran normal atau berdistribusi normal.

c. Analisis data

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini perlu diuji dan dibuktikan melalui data empiris yang diperoleh dilapangan melalui tes dan pengukuran terhadap seluruh variabel yang diteliti. Karena data penelitian ini mengikuti sebaran normal, maka untuk menguji hipotesis penelitian ini digunakan analisis statistik parametrik dengan menggunakan teknik regresi.

1. Analisis regresi kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola permainan sepakbola.

Untuk menguji kebenaran hipotesis tentang ada tidaknya kontribusi yang signifikan kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar , dilakukan analisis regresi. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 3.

Tabel 3. Rangkuman hasil uji regresi data kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar.

Variabel	N	β	P _{value}	Keterangan
Kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola	40	0,519	0,000	signifikan

Berdasarkan dari tabel 3 diatas, terlihat bahwa hasil uji analisis koefisien regresi dengan menggunakan uji regresi dikemukakan sebagai berikut : nilai β hitung (β) diperoleh = 0,519 ($P_{\text{value}} < \alpha 0,05$) berarti ada kontribusi yang signifikan kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar.

2. Analisis regresi kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola permainan sepakbola.

Untuk menguji kebenaran hipotesis tentang ada tidaknya kontribusi yang signifikan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar, maka dilakukan analisis uji regresi. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Rangkuman hasil uji regresi data kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar.

Variabel	N	β	P_{value}	keterangan
Kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola	40	0,739	0,000	signifikan

Berdasarkan tabel 4 diatas, terlihat bahwa hasil ujin analisis koefisien regresi dengan menggunakan uji regresi dikemukakan sebagai berikut : nilai β hitung

(β) diperoleh = 0,739 ($P_{\text{value}} < \alpha 0,05$) berarti ada kontribusi yang signifikan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar.

3. Analisis regresi koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola

Untuk menguji kebenaran hipotesis tentang ada tidaknya kontribusi yang signifikan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar, dilakukan analisis regresi, untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 5.

Tabel 5 Rangkuman hasil uji regresi data koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar, dilakukan analisis regresi untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 5.

Variabel	N	β	P_{value}	keterangan
Koordinasi Mata Kaki				
Kemampuan Menggiring bola sepakbola	40	-0,644	0,000	signifikan

Berdasarkan tabel 5 di atas, terlihat bahwa hasil uji analisis koefisien regresi dengan menggunakan uji regresi dikemukakan sebagai berikut ; nilai β hitung (β) diperoleh = -0,644 ($P_{\text{value}} < \alpha 0,05$) berarti ada kontribusi yang signifikan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar.

4. Analisis regresi kekuatan tungkai, kelincahan dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola.

Untuk mengetahui besarnya kontribusi secara bersama-sama kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar, maka perlu dianalisis dengan menggunakan analisis regresi, untuk lebih jelasnya, maka rangkuman hasil analisis regresi dapat dilihat pada tabel 6

Tabel 6 Rangkuman hasil uji regresi data kekuatan tungkai, kelincahan dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar

variabel	R	R ²	F	P _{value}	Keterangan
Kelincahan (X ₁) dan koordinasi mata-kaki (X ₂)	0,825	0,681	25,649	0,000	Signifikan
Kemampuan menggiring bola sepakbola					

Berdasarkan tabel 6 di atas, terlihat bahwa hasil uji analisis koefisien regresi ganda dengan menggunakan uji r regresi dikemukakan sebagai berikut : nilai r hitung ® diperoleh sebesar 0,825, nilai koefisien determinasi Rsquare (R²) diperoleh sebesar 0,681 ($P_{value} < \alpha 0,05$) setelah dilakukan uji signifikan atau keberartian regresi ganda dengan menggunakan uji F regresi di peroleh F hitung sebesar 25,649 ($P_{value} < \alpha 0,05$), maka H₀ ditolak dan H₁ diterima, berarti ada kontribusi yang

signifikan antara kekuatan tungkai, kelincahan dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar.

d. Pengujian hipotesis

Dalam penelitian ada empat buah hipotesis yang diuji. Pengujian hipotesis tersebut dilakukan satu persatu sesuai dengan urutannya pada penurunan hipotesis. Disamping dilakukan pengujian hipotesis juga diberikan kesimpulan singkat tentang hasil pengujian tersebut.

1. Ada kontribusi signifikan kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar

Hipotesis statistik yang akan diuji :

$$H_0 : \beta_{x_1y} = 0$$

$$H_1 : \beta_{x_1y} \neq 0$$

Kriteria pengujian :

Jika β ($P_{\text{value}} > \alpha 0,05$), maka terima H_0 dan tolak H_1

Jika β ($P_{\text{value}} > \alpha 0,05$), maka terima H_0 dan terima H_1

Hasil pengujian :

Dari hasil analisis data dengan menggunakan uji regresi, diperoleh nilai β hitung (β) = 0,519 ($P_{\text{value}} < \alpha 0,05$) maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini berarti, ada kontribusi yang signifikan kekuatan tungkai terhadap kemampuan

menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 1 Makassar hal ini mengandung makna bahwa, apabila seorang pemain sepakbola memiliki kekuatan tungkai yang baik maka akan diikuti terhadap kemampuan menggiring bola permainan sepakbola yang baik pula.

2. Ada kontribusi yang signifikan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar

Hipotesis statistic yang diuji :

$$H_0 : \beta X_2Y = 0$$

$$H_1 : \beta X_2Y \neq 0$$

Kriteria pengujian :

Jika $\beta (P_{\text{value}} > \alpha 0,05)$, maka terima H_0 dan tolak H_1

Jika $\beta (P_{\text{value}} < \alpha 0,05)$, maka terima H_0 dan tolak H_1

Hasil pengujian :

Dari hasil analisis data dengan menggunakan uji regresi, diperoleh nilai β hitung (β) = 0,739 $\beta (P_{\text{value}} < \alpha 0,05)$, maka H_0 ditolak H_1 diterima. Hal ini berarti ada kontribusi yang signifikan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar hal ini mengandung makna bahwa apabila seorang pemain sepakbola memiliki kelincahan yang baik, maka akan diikuti terhadap kemampuan menggiring bola permainan sepakbola yang baik pula.

3. Ada kontribusi yang signifikan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar

Hipotesis statistic yang akan diuji :

$$H_0 : \beta X_3Y = 0$$

$$H_0 : \beta X_3Y \neq$$

Kriteria Pengujian :

Jika β ($P_{\text{value}} > \alpha 0,05$), maka terima H_0 dan terima H_1

Jika β ($P_{\text{value}} < \alpha 0,05$), maka terima H_0 dan terima H_1

Hasil pengujian

Dari hasil analisis data dengan menggunakan uji regresi, diperoleh nilai β hitung (β) = -0,644 ($P_{\text{value}} < \alpha 0,05$), maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini berarti, ada kontribusi yang signifikan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar hal ini mengandung makna bahwa, apabila seorang pemain sepakbola memiliki koordinasi menggiring mata kaki yang baik, maka akan diikuti terhadap kemampuan menggiring bola permainan sepakbola yang baik pula.

4. Ada kontribusi yang signifikan kekuatan tungkai, kelincahan, dan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar

$$H_0 : R_{x_{123}} Y = 0$$

$$H_0 : R_{x_{123}} Y \neq 0$$

Hasil pengujian :

Dari hasil analisis data dengan menggunakan uji regresi, diperoleh nilai r hitung (R) = 0,794, nilai koefisien determinasi R square (R^2) sebesar 0,681 R square dapat disebut koefisien determinasi yang dalam hal ini berarti 68,1% kontribusi yang signifikan antara variabel kekuatan tungkai, kelincahan dan koordinasi mata kaki

Terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar sedangkan sisanya dapat dijelaskan oleh sebab-sebab lain yang tidak diteliti pada penelitian ini. Nilai R square berkisar 0 sampai 1 dengan catatan semakin kecil nilai R square semakin lemah kontribusi ketiga variabel tersebut. Jadi, kontribusi secara bersama-sama variabel kelincahan, dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola sebesar 77,1% hal ini mengandung makna bahwa, apabila seorang pemain sepakbola memiliki kecepatan, kelincahan dan koordinasi mata kaki yang baik, maka akan diikuti terhadap kemampuan menggiring bola permainan sepakbola yang lebih baik pula.

Dari tabel uji anova atau F tes, ternyata didapat F_{hitung} sebesar 25,649 dengan tingkat signifikan 0,000 karena nilai profitabilitas (0,000) jauh lebih kecil dari 0,05 maka model regresi dapat dipakai untuk memprediksi kemampuan

menggiring bola pada permainan sepakbola. Untuk menguji signifikansi variabel kelincahan dan koordinasi mata kaki secara bersama-sama terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola sebagai berikut :

Kaidah pengujian signifikansi regresi berganda

Jika $F_{hitung} > F_{table}$ maka signifikan

Jika $F_{hitung} > F_{table}$ maka tidak signifikan

Setelah dilakukan pengujian ternyata nilai $F_{hitung} > F_{tabel}$ maka signifikan

B. Pembahasan

Hasil-hasil analisis regresi dalam hipotesis perlu dikaji lebih lanjut dengan memberikan interpretasi keterkaitan antara hasil analisis yang di capai dengan teori-teori yang mendasari penelitian ini, penjelasan ini diperlukan agar dapat diketahui kesesuaian teori-teori yang dikemukakan dengan hasil penelitian yang dicapai. Untuk mengambil kesimpulan penelitian yang sesuai dengan tujuan penelitian, maka hasil analisis data yang perlu dibahas sesuai dengan teori-teori yang mendasarinya adapun pembahasan yang dimaksud adalah sebagai berikut :

Pengujian hipotesis menunjukkan, bahwa dari hasil analisis data diperoleh bahwa ada kontribusi yang signifikan Antara kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori dan kerangka pikir yang mendasarinya. Maka pada dasarnya hasil peneltian ini mendukung dan memperkuat teori dan hasil-hasil penelitian terdahulu yang dikemukakan oleh Yanto Kusyanto (1996 : 43) :

“kelincahan adalah kombinasi dari kecepatan, kekuatan, kecepatan reaksi, keseimbangan, fleksibilitas dan koordinasi neuromuscular. Koordinasi neuromuscular menggambarkan kemampuan atlet melakukan gerakan-gerakan dalam cabang olahraganya secara mulus dan seimbang seperti sepakbola dalam melakukan suatu rangkaian gerak yang kompleks secara lincah dan tangkas. Hal ini mengandung makna bahwa, apabila nilai kelentukan tergolong baik, maka akan diikuti dengan nilai kemampuan passing bawah pada permainan sepakbola yang baik pula. Begitu pula sebaliknya, apabila nilai kelentukan yang kurang baik maka akan diikuti dengan nilai kemampuan menggiring bola permainan sepakbola yang kurang baik pula.

Pengujian hipotesis menunjukkan, bahwa dari hasil analisis data diperoleh bahwa ada kontribusi yang signifikan Antara koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori dan kerangka pikir yang mendasarinya, maka pada dasarnya hasil penelitian ini mendukung dan memperkuat teori dan hasil-hasil penelitian terdahulu yang dikemukakan oleh Harsono (1988) bahwa ; Koordinasi adalah kemampuan biomotor yang sangat kompleks berkaitan dengan kecepatan, kekuatan daya tahan dan kelentukan. Selain dari itu, juga termasuk perpaduan perilaku dari dua atau lebih persediaan, yang satu sama lainnya berkaitan dalam menghasilkan suatu keterampilan gerak. Hal ini mengandung makna bahwa, apabila nilai koordinasi mata kaki tergolong baik, maka akan diikuti

dengan nilai kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola yang baik pula. Begitu pun sebaliknya, apabila nilai koordinasi mata kaki yang kurang baik, maka akan diikuti dengan nilai kemampuan menggiring bola permainan sepakbola yang kurang baik pula.

Pengujian hipotesis menunjukkan, bahwa dari hasil analisis data diperoleh bahwa ada kontribusi yang signifikan Antara kekuatan tungkai, kelentukan, dan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar. Apabila hasil penelitian ini dikaitkan dengan teori dan kerangka pikir yang mendasarinya, maka pada dasarnya hasil penelitian ini mendukung dan memperkuat teori dan hasil-hasil penelitian terdahulu yang ada. Hal ini mengandung makna bahwa apabila nilai kelincahan dan koordinasi mata kaki tergolong baik maka akan diikuti dengan nilai kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola yang baik pula. Begitu pula sebaliknya, apabila nilai kelincahan dan koordinasi mata kaki yang kurang baik, maka akan diikuti dengan nilai kemampuan menggiring bola permainan sepakbola yang kurang baik pula.

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Adapun kesimpulan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Ada kontribusi yang signifikan kekuatan tungkai terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar
2. Ada kontribusi yang signifikan kelincahan terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar
3. Ada kontribusi yang signifikan koordinasi mata-kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar
4. Ada kontribusi yang signifikan secara bersama-sama kekuatan tungkai, kelincahan, dan koordinasi mata kaki terhadap kemampuan menggiring bola pada permainan sepakbola siswa SMA Negeri 10 Makassar

B. Saran

1. Adapun saran yang dikemukakan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut :
bagi para guru penjas, Pembina maupun pelatih olahraga permainan sepakbola, bahwa kiranya dalam upaya untuk meningkatkan kemampuan menggiring bola bermain sepakbola bagi siswa atau atlet yang dibina, hendaknya perlu memperhatikan unsur kemampuan fisik yang dapat menunjang, seperti kekuatan tungkai, kelincahan dan koordinasi mata kaki

2. Untuk menjadikan sebagai bahan perbandingan atau masukan bagi pemerintah daerah dan lembaga keolahragaan seperti KONI dan Pencab PSSI Makassar.
3. Dapat dimanfaatkan sebagai bahan perbandingan bagi peneliti atau mahasiswa lain yang berminat untuk mengadakan penelitian lebih lanjut dengan memperhatikan berbagai sudut pandang masalah yang lebih luas.

DAFTAR PUSTAKA

- Agus Salim, 2007, *Buku Pintar Sepakbola*. Jembar. Ujung Berung Bandung
- Arikunto, Suharsimi.1996. *Prosedur Penelitian ; Suatu Pendekatan Praktek Jakarta*
: Pt.Rineka Cipta
- Bompa.1984.*Theory And Of Training The To Atletik Permormance*, Yowa Kendali /
Hunt Publishing Company.
- Fox, El.Dkk., 1998. *The Psychological Basic Of Physical Education Athletics*. New
York, Sounders Collage Publishing
- Haddade, Ilyas Dan Tola, Ismail. 1991. *Penuntun Mengajar Dan Melatih Sepakbola*
Ujung Pandang : Fpok Ikip
- Halim. Ny, H.Nur Ichsan. 2004. *Tes Dan Pengukuran Dalam Bidang Olahraga*.
Unm Makassar
- Harre. D. 1982. *Principle Of Sport Training. Introduction To Theory Of Methods Of*
Training. Sportverlag. Berlin
- Harsono, 1998. *Coaching Dan Aspek-Aspek Psikologi Dalam Coaching*. Jakarta :
Depdikbud Dirjen Dikti.
- Kusyanto, Yanto. 1996. *Penuntun Belajar Penddikan Jasmani Dan Kesehatan 3*.
Bandung : Penerbit Ganeca Exact.
- Nurhasan, 2001. *Tes dan Pengukuran dalam Pendidikan Jasmani Prinsip-prinsip*
dan penerapannya. Dirjen Olahraga, Diknas, Jakarta.
- Otiesven. 2014. *Teknik Pembelajaran Dribling Sepak Bola*. (online),
(www.otieseven.wordpress.com) Di akses 8 Juni 2014.
- Rani, Adib, Abd, 1992., *Materi Dan Evaluasi Permainan Sepakbola*. FPOK IKIP
Ujung Pandang
- Sajoto, Mochammad, 1998.,*Pembinaan Kondidi Fisik Dalam Bidang Olahraga*.
Depdikbud Dirjen Dikti, Jakarta.

Setiyo,Pupud.2013 *Cara Menggiring Bola.* (online)
(www.pupudsetiyo.wordpress.com) Di akses 8 Juni 2014.

Sugiyono.2000. *Statistika Dalam Penelitian.* Bandung : Penerbit CV.Alfabetha.

LAMPIRAN

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Sufyan lahir di Galeso Kecamatan Wonomulyo, Kabupaten Polewali Mandar Sulawesi Barat pada tanggal 7 Maret 1989. Penulis merupakan anak ketiga, buah hati dari pasangan Ayahanda Abd. Hafid dan Ibunda Hj.Nurhaeda.

Penulis memasuki jenjang pendidikan dasar di bangku SDN 012 Galeso 1996 dan Tamat pada tahun 2002. Selanjutnya penulis melanjutkan pendidikan di SMP N 2 Wonomulyo dan Tamat pada tahun 2005. Kemudian pada tahun yang sama pula penulis melanjutkan pendidikannya di SMA N 1 Polewali dan Tamat pada tahun 2008 pada tahun 2008 penulis melanjutkan pendidikannya di Universitas Negeri Makassar dan terdaftar di Fakultas Ilmu Sosial Jurusan Sosiologi dan pada Tahun 2010 Penulis pindah ke Fakultas Ilmu Keolahragaan dengan Program Studi Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi.

Lampiran 1.

**DATA KECEPATAN, KELINCAHAN, KOORDINASI MATA-KAKI, DAN KEMAMPUAN
MENGGINGIRING BOLA PADA PERMAINAN SEPAKBOLA SISWA SMA NEGERI 10 MAKASSAR**

No	Nama	Kekuatan tungkai (kg)	Variabel Bebas		Variabel Terikat Menggiring bola (dtk)
			Kelincahan (dtk)	Koordinasi mata-kaki (kali)	
1	MUH IRFAN	112.0	11.30	14	17.53
2	HERIAWAN	93.0	14.12	12	18.57
3	GALUH TRIANTO	95.0	13.02	13	19.31
4	AGUNG PERKASA	80.0	12.34	10	17.74
5	MUH.AINUL NUARI	111.0	13.30	11	17.58
6	ASKAR	140.0	10.45	12	15.05
7	M.NAIZAR NAI	79.0	14.23	9	20.14
8	TAUFIK RUSTAM	105.0	15.21	11	17.49
9	MUH.NUR FAISAL TABA	96.0	11.04	13	15.41
10	SUARDI AZIS	125.0	11.21	12	16.19
11	REINALDI	124.0	13.52	11	17.37
12	HARIS MUNANDAR	96.0	12.57	13	17.63
13	IRFANDY	82.0	16.33	9	21.03
14	RIFAI	82.0	12.15	11	17.31
15	FAJAR NUR	110.0	11.15	14	15.17
16	FHADLY HERMAN	80.0	15.42	11	18.32
17	ANDI ASDIN ANAS	128.0	11.22	13	15.73
18	MUH.AKRAM	107.0	12.53	10	17.24
19	SAWAL AWALUDDIN	84.0	14.56	9	20.37
20	RIAN HIDAYAT	99.0	14.24	8	18.26
21	NUR.MUH ANDREY MAULANA	105.0	11.21	12	16.63
22	M.FADIL AZIS	90.0	13.11	12	18.29
23	ANDI MUHAMMAD HIDAYAT HERIANTO	89.0	13.19	14	17.59
24	ALFIAN	96.0	14.43	12	19.14
25	MUH.RESALDI	99.0	15.33	12	17.22
26	LUKMANUL HAKIM	100.0	12.40	13	17.64
27	A.ASWARI JAYA	135.0	11.53	14	15.43
28	MUHAMMAD RAIYAN	107.0	13.16	13	17.18

	SUPRI				
29	ARFAH	87.0	13.37	12	17.44
30	M. SOFYAN SAURI	81.0	14.23	9	20.72
	H.SULAIMAN S				
31	ILHAM DARMAWAN	88.0	13.42	10	20.54
32	BAGAS INDRA KUSUMA	89.0	14.36	8	19.49
33	FAWWAZ FAUSAND	99.0	10.18	14	15.41
34	FAUZY SABRI	79.0	10.24	13	16.19
35	TEGUH UTOMO PUTRA	123.0	11.16	11	17.37
	SALENG				
36	NUR TAUFIK	88.0	13.14	8	19.63
37	MUH RESKI	114.0	14.55	12	21.03
38	ZULPADLI	94.0	11.22	10	17.51
39	REZA ABDILLAH	90.0	10.25	13	16.17
40	MULYADI	103.0	11.28	10	18.32

Lampiran 2. Hasil Analisis Data

Statistics					
		kekuatan tungkai	kelincahan	koordinasi maata-kaki	kemampuan menggiring bola
N	Valid	40	40	40	40
	Missing	0	0	0	0
Mean		99.6000	12.7918	11.4500	17.8095
Std. Deviation		16.05887	1.63144	1.79672	1.66438
Range		61.00	6.15	6.00	5.98
Minimum		79.00	10.18	8.00	15.05
Maximum		140.00	16.33	14.00	21.03

Frequency Table

kekuatan tungkai					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	79	2	5.0	5.0	5.0
	80	2	5.0	5.0	10.0
	81	1	2.5	2.5	12.5
	82	2	5.0	5.0	17.5
	84	1	2.5	2.5	20.0
	87	1	2.5	2.5	22.5
	88	2	5.0	5.0	27.5
	89	2	5.0	5.0	32.5
	90	2	5.0	5.0	37.5
	93	1	2.5	2.5	40.0

94	1	2.5	2.5	42.5
95	1	2.5	2.5	45.0
96	3	7.5	7.5	52.5
99	3	7.5	7.5	60.0
100	1	2.5	2.5	62.5
103	1	2.5	2.5	65.0
105	2	5.0	5.0	70.0
107	2	5.0	5.0	75.0
110	1	2.5	2.5	77.5
111	1	2.5	2.5	80.0
112	1	2.5	2.5	82.5
114	1	2.5	2.5	85.0
123	1	2.5	2.5	87.5
124	1	2.5	2.5	90.0
125	1	2.5	2.5	92.5
128	1	2.5	2.5	95.0
135	1	2.5	2.5	97.5
140	1	2.5	2.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Kelincahan

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 10.18	1	2.5	2.5	2.5
10.24	1	2.5	2.5	5.0
10.25	1	2.5	2.5	7.5

10.45	1	2.5	2.5	10.0
11.04	1	2.5	2.5	12.5
11.15	1	2.5	2.5	15.0
11.16	1	2.5	2.5	17.5
11.21	2	5.0	5.0	22.5
11.22	2	5.0	5.0	27.5
11.28	1	2.5	2.5	30.0
11.3	1	2.5	2.5	32.5
11.53	1	2.5	2.5	35.0
12.15	1	2.5	2.5	37.5
12.34	1	2.5	2.5	40.0
12.4	1	2.5	2.5	42.5
12.53	1	2.5	2.5	45.0
12.57	1	2.5	2.5	47.5
13.02	1	2.5	2.5	50.0
13.11	1	2.5	2.5	52.5
13.14	1	2.5	2.5	55.0
13.16	1	2.5	2.5	57.5
13.19	1	2.5	2.5	60.0
13.3	1	2.5	2.5	62.5
13.37	1	2.5	2.5	65.0
13.42	1	2.5	2.5	67.5
13.52	1	2.5	2.5	70.0
14.12	1	2.5	2.5	72.5
14.23	2	5.0	5.0	77.5
14.24	1	2.5	2.5	80.0
14.36	1	2.5	2.5	82.5

14.43	1	2.5	2.5	85.0
14.55	1	2.5	2.5	87.5
14.56	1	2.5	2.5	90.0
15.21	1	2.5	2.5	92.5
15.33	1	2.5	2.5	95.0
15.42	1	2.5	2.5	97.5
16.33	1	2.5	2.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Kordinasi mata-kaki

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 8	3	7.5	7.5	7.5
9	4	10.0	10.0	17.5
10	5	12.5	12.5	30.0
11	6	15.0	15.0	45.0
12	9	22.5	22.5	67.5
13	8	20.0	20.0	87.5
14	5	12.5	12.5	100.0
Total	40	100.0	100.0	

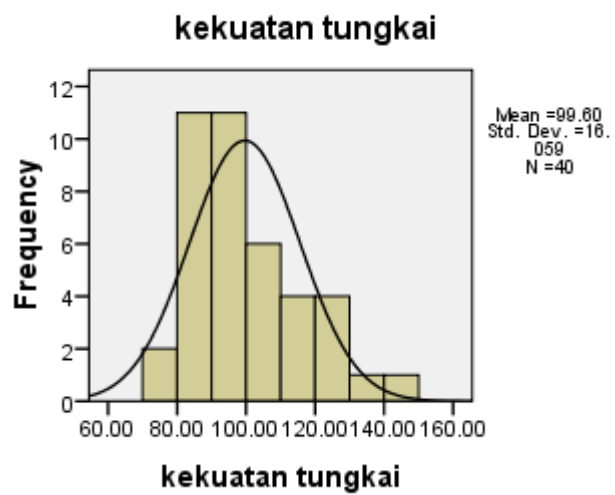
Kemamp.Menggiring bola

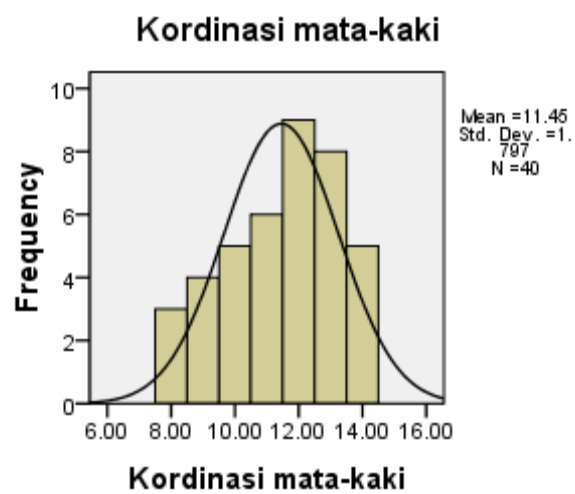
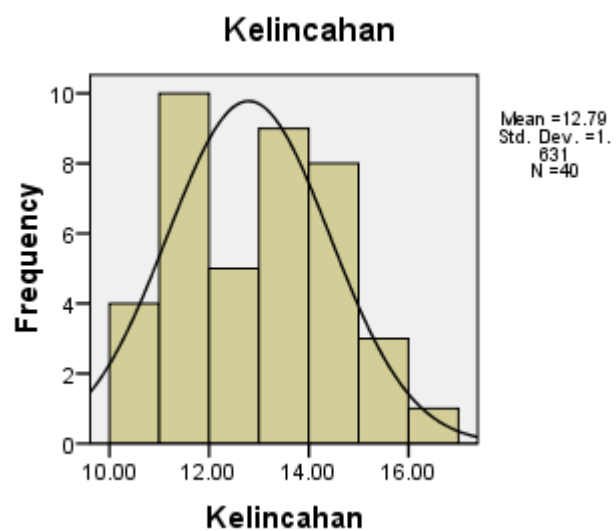
	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 15.05	1	2.5	2.5	2.5
15.17	1	2.5	2.5	5.0

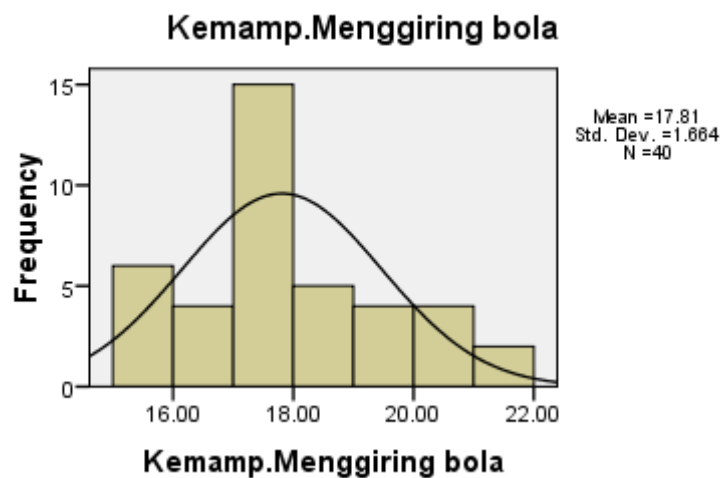
15.41	2	5.0	5.0	10.0
15.43	1	2.5	2.5	12.5
15.73	1	2.5	2.5	15.0
16.17	1	2.5	2.5	17.5
16.19	2	5.0	5.0	22.5
16.63	1	2.5	2.5	25.0
17.18	1	2.5	2.5	27.5
17.22	1	2.5	2.5	30.0
17.24	1	2.5	2.5	32.5
17.31	1	2.5	2.5	35.0
17.37	2	5.0	5.0	40.0
17.44	1	2.5	2.5	42.5
17.49	1	2.5	2.5	45.0
17.51	1	2.5	2.5	47.5
17.53	1	2.5	2.5	50.0
17.58	1	2.5	2.5	52.5
17.59	1	2.5	2.5	55.0
17.63	1	2.5	2.5	57.5
17.64	1	2.5	2.5	60.0
17.74	1	2.5	2.5	62.5
18.26	1	2.5	2.5	65.0
18.29	1	2.5	2.5	67.5
18.32	2	5.0	5.0	72.5
18.57	1	2.5	2.5	75.0
19.14	1	2.5	2.5	77.5
19.31	1	2.5	2.5	80.0
19.49	1	2.5	2.5	82.5

19.63	1	2.5	2.5	85.0
20.14	1	2.5	2.5	87.5
20.37	1	2.5	2.5	90.0
20.54	1	2.5	2.5	92.5
20.72	1	2.5	2.5	95.0
21.03	2	5.0	5.0	100.0
Total	40	100.0	100.0	

Histogram







One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		kekuatan tungkai	kelincahan	koordinasi maata-kaki	kemampuan menggiring bola
N		40	40	40	40
Normal Parameters ^a	Mean	99.6000	12.7918	11.4500	17.8095
	Std. Deviation	16.05887	1.63144	1.79672	1.66438
Most Extreme Differences	Absolute	.115	.145	.170	.142
	Positive	.115	.145	.090	.142
	Negative	-.100	-.092	-.170	-.103
Kolmogorov-Smirnov Z		.728	.915	1.077	.896
Asymp. Sig. (2-tailed)		.665	.372	.197	.398
a. Test distribution is Normal.					

Correlations

		kekuatan tungkai	kelincahan	koordinasi maata-kaki	kemampuan menggiring bola
kekuatan tungkai	Pearson Correlation	1	-.384*	.374*	-.519**
	Sig. (2-tailed)		.014	.017	.001
	N	40	40	40	40
kelincahan	Pearson Correlation	-.384*	1	-.502**	.739**
	Sig. (2-tailed)	.014		.001	.000
	N	40	40	40	40
koordinasi maata-kaki	Pearson Correlation	.374*	-.502**	1	-.644**
	Sig. (2-tailed)	.017	.001		.000
	N	40	40	40	40
kemampuan menggiring bola	Pearson Correlation	-.519**	.739**	-.644**	1
	Sig. (2-tailed)	.001	.000	.000	
	N	40	40	40	40

*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

**. Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Regression

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.519 ^a	.270	.250	1.44091

a. Predictors: (Constant), kekuatan tungkai

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	29.139	1	29.139	14.035	.001 ^a
	Residual	78.897	38	2.076		
	Total	108.036	39			

a. Predictors: (Constant), kekuatan tungkai

b. Dependent Variable: kemampuan menggiring bola

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	23.171	1.449		15.990	.000
	kekuatan tungkai	-.054	.014	-.519	-3.746	.001

a. Dependent Variable: kemampuan menggiring bola

Regression

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.739 ^a	.546	.534	1.13606

a. Predictors: (Constant), Kelincahan

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	58.991	1	58.991	45.707	.000 ^a
	Residual	49.044	38	1.291		
	Total	108.036	39			

a. Predictors: (Constant), Kelincahan

b. Dependent Variable: Kemamp.Menggiring bola

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	8.166	1.438		5.680	.000
	Kelincahan	.754	.112	.739	6.761	.000

a. Dependent Variable: Kemamp.Menggiring bola

Regression

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.644 ^a	.415	.399	1.28989

a. Predictors: (Constant), Kordinasi mata-kaki

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	44.811	1	44.811	26.932	.000 ^a
	Residual	63.225	38	1.664		
	Total	108.036	39			

a. Predictors: (Constant), Kordinasi mata-kaki

b. Dependent Variable: Kemamp.Menggiring bola

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	24.640	1.332		18.499	.000
	Kordinasi mata-kaki	-.597	.115	-.644	-5.190	.000

a. Dependent Variable: Kemamp.Menggiring bola

Regression

Model Summary

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.825 ^a	.681	.655	.97801

a. Predictors: (Constant), koordinasi maata-kaki, kekuatan tungkai, kelincahan

ANOVA^b

Model		Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sig.
1	Regression	73.601	3	24.534	25.649	.000 ^a
	Residual	34.434	36	.957		
	Total	108.036	39			

a. Predictors: (Constant), koordinasi maata-kaki, kekuatan tungkai, kelincahan

b. Dependent Variable: kemampuan menggiring bola

Coefficients^a

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	16.770	2.526		6.639	.000
	kekuatan tungkai	-.022	.011	-.209	-1.998	.053
	kelincahan	.511	.114	.501	4.464	.000
	koordinasi maata-kaki	-.291	.103	-.315	-2.817	.008

a. Dependent Variable: kemampuan menggiring bola

Pengarahan dan dilanjutkan dengan membaca doa



Streaching atau peregangan otot



Tes Koordinasi Mata Kaki



Tes Kemampuan Menggiring Bola



Tes Kekuatan Tungkai



Tes Kelincahan

